

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Вознесенская средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

РАССМОТРЕНА
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МБОУ
«Вознесенская СОШ»
Отт Л.В.
Приказ № 355
от «30» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) вариант 2

Учебного предмета

«Адаптивная физическая культура»

Уровень начального общего образования

Срок освоения: 1 год

1 (дополнительный) класс

На 2024-2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО (вариант 2) адресована обучающимся с тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель учебного предмета – развитие личности, формирование общей культуры, соответствующей общепринятым нравственным и социокультурным ценностям, формирование необходимых для самореализации и жизни в обществе практических представлений, умений и навыков, позволяющих достичь обучающемуся максимально возможной самостоятельности и независимости в повседневной жизни.

Задачи обучения:

коррекция нарушений физического развития;
формирование двигательных умений и навыков;
развитие двигательных способностей в процессе обучения;
формирование правильной осанки;
поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет охватывает область физической культуры, является неотъемлемым условием активизации познания и овладения жизненными компетенциями обучающихся.

В процессе адаптивной физической культуры решаются образовательные, воспитательные задачи. Содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в 1 классе включает следующие разделы:

Физическая подготовка.

Коррекционные подвижные игры

Для обучения создаются такие специальные условия, которые дают возможность каждому ребёнку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Педагог подбирает материал по степени сложности, исходя из особенностей физического развития каждого ребёнка.

Описание места учебного предмета в учебном плане.

Предмет «Адаптивная физическая культура» входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) и реализуется в урочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования учебный предмет «Адаптивная физическая культура» является обязательным и изучается в 1 классе МБОУ «Вознесенская СОШ», 1 час в неделю, 33 часа в год.

Материально – технического обеспечения образовательного процесса

Ноутбук

Гимнастический коврик

Мячи: волейбольные, баскетбольные, футбольные, теннисные,
Скакалки
Обручи

Электронно-образовательные ресурсы

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

<https://myschool.edu.ru/?ysclid=m1hiqj4ry84708515>

Содержание учебного предмета.

Физическая подготовка

Построения и перестроения. Принятие исходного положения

Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот(нос).

Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев

Ходьба и бег.

Ходьба в умеренном темпе

Коррекционные подвижные игры.

Передача мяча. Бросание мяча на дальность

Планируемые образовательные результаты

Личностные:

сформированность представлений о собственных возможностях,

овладение начальными навыками адаптации в выполнении физических упражнений;

Предметные:

Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять.

Освоение двигательных навыков, последовательности движений с помощью учителя, развитие координации.

Умение радоваться успехам.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Основные виды учебной деятельности обучающихся
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Физическая подготовка					
1.1	Построения и перестроения	6	0	6	. Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Сгибание (разгибание) пальцев с помощью учителя. Передача мяча.
1.2	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	12	0	12	
1.3	Броски, ловля, метание, передача предметов	6	0	6	
	Итого по разделу	24			
Раздел 2. Коррекционные подвижные игры					
2.1	Элементы спортивных игр и спортивных упражнений				Уметь различать баскетбольный, волейбольный и футбольный мяч

		9	0	9	
	Итого по разделу:	9			
	Всего часов:	33	0	33	

